






Menu 10.03. - 16.03.





Maanantai

Yrttiglaseeratut lammaspullat	G, M	
Broileria cheddarjuustokastikkeessa	G, L	
Falafell pyörökät	G, M	
Päivän lisäkkeet: paahdetut valkosipuliperunat, kasvisriisiä, ohraa ja kasviksia		
Tomaatti-chili korianterikeitto	G, M	
Ananasrahka	G, L	
Minimuffinssi, kahvi ja tee		




Tiistai

Meksikon pikajuna	G, L	 
Voissa paistettua kalaa	G, L	
Pestolla maustettuja munakoisoravioleja	M	
Päivän lisäkkeet: juuresperunasosetta, kasviksia, ohraa, riisiä		
Juustoinen juures-osekeitto	G, L	
Marjakiisseli ja vaniljavaahtoa	G, L	
Kahvi ja tee		

Keskiviikko

TK21 Grillistä: Grillattua kanaa ja Caesar salaattia	L	
Juustoinen broilerlasagnette	L	
Päivän lisäkkeet: tortillat, tacot, perunaa, riisiä	M	
Meksikolaisittain maustettua nautaa, paistettua paprikaa ja sipulia	G, M	
Papu-kasvistäyte	G, M	
Paahdettua kurpitsakeittoa	G, L	
Pannukakku, hillo ja kaneli kermavaahtoa	L	
Kahvi ja tee		

Torstai

Jauhelihamureketta kantarellikastikkeessa	L	 
Pad thai- paistetut nuudelit kasviksilla ja katkaravuilla	M	
Vuohenjuustolla gratinoitua punajuurta	G, VL	
Mausteinen linssikeitto	G, M	
Hedelmä		
Kahvi ja tee		

Perjantai

TK21 Grilli: Mozzarella Buffalo pizza		
Karamellisoitua possua aasian style ja bataattiranskalaisia		
Rpeat paneroidut kananfileet, omena-currymajoneesi ja mausteuttuja lohkopperunoita		
Tomaattinen paprikapasta		

Muutokset ruokalistoilla ja tuoteselosteissa mahdollisia. Henkilökunta auttaa mielellään ruoka-aineallergioihin liittyvissä asioissa.
Changes in menus and list of ingredients are possible. Our staff is always ready to help you if you have any questions concerning allergies.









G Gluteeniton | Gluten free **L** Laktoositon | Lactose-free **M** Maidoton | Milk-free **VL** Vähälaktoosinen | Low-lactose



Kukkakaali-parsakaalisosekeitto
Mansikka-banaanismoothie
Kahvi ja tee

Muutokset ruokalistoilla ja tuoteselosteissa mahdollisia. Henkilökunta auttaa mielellään ruoka-aineallergioihin liittyvissä asioissa.
Changes in menus and list of ingredients are possible. Our staff is always ready to help you if you have any questions concerning allergies.

G Gluteeniton | Gluten free **L** Laktoositon | Lactose-free **M** Maidoton | Milk-free **VL** Vähälaktoosinen | Low-lactose

       
≤ 0,5 kg CO₂ e Parempi valinta Vegaaninen Opiskelija-ruokailusuos. Sisältää porsaanlihaa Lihan alkuperämaa Suomi / EU / muu
Healthy choice Vegan Recommended student meal Including pork The country of meat origin: Finnish / EU / non-EU